

～廣川進先生と行く瀬戸内・豊島の旅～

『人生のり・デザインの旅 2024初春編』

主催：オトハル

会場：豊島エスポワールパーク

2024年2月23日～25日

人生のリ・デザインへの招待

“人生のリ・デザイン”に
なぜ「豊島体験」が必要なのか？！

旅のはじまり、はじまりの旅

このままこの仕事、この生活が続いていくことにふとした疑問や不安を感じることはありませんか。今までこんなに頑張ってきたのに、なぜか満たされない日々・・・

ここ豊島には何も無いけど、海と風と丘があります。美味しい酒と肴と仲間がいます。お互いに労い（ねぎらい、いたわり）、褒めのシャワーを浴びてもいいんです。「場と仲間の力」を借りて、「人生のリ・デザイン」「ライフ・トランスフォーメーション（LX）」「自己変容」の旅の始まりを見つけませんか。

法政大学キャリアデザイン学部 廣川 進

ひよんなことから、豊島エスポワールパークの館長になり、住み込みで豊島で暮らし、1年3ヵ月になります。

オトハルの活動を通して人生の中で何度か「立ちどまり」「自分を見つめる」そんなお気に入りの時間と場所と仲間の大切さを知りました。そんな場所に豊島がいいな、豊島エスポワールパークがなれたらな、と思っています。お会いできるのを楽しみにしています。

一般社団法人オトナ思春期をデザインするプロジェクト（オトハル）
代表理事 みよしようこ





豊島＝非日常

豊島までの移動時間、ゆっくりと日常を離れ、自分と向き合うことができる。

同じような思い・悩みを抱く、新しい仲間との出会い、語り合うことができる。

そして豊島の豊かな自然とアートで、鈍っていた五感を取り戻せる。

「新しい自分」に出会える

旅の概要

◆日 時

- 1、事前オンライン講座：1月27日（土）19:00～21:00
- 2、人生のリ・デザインの旅：2月23日（金）～25日（日）

◆講座実施&宿泊先

『豊島エスポワールパーク』 <https://teshimaespo.com>

- 現地集合：14:15 / チェックアウト：10:00
- 香川県小豆郡土庄町豊島家浦514（豊島家浦港から徒歩15分～20分）

◆参加費

- 7万5千円（税込み）
※部屋タイプにより価格が違います
※現地にて現金あるいはPayPayでお支払いください（後日振込清算対応可）

◆参加費に含まれるもの

- 事前講座、ワーク参加費用、宿泊費、食事代（夕食2回・朝食2回 飲み物別）
- 廣川先生の個別キャリアデザインカウンセリング費用（30分）

旅についての連絡先

オトハルスタッフ すみよし宛にご連絡ください

mail : wakana@citation.co.jp 携帯 : 080-3205-7278



1、ツアー事前オンライン講座&ツアー説明会 (ツアー参加者向け)

日時：1月27日(土) 19:00～21:00

① 廣川進先生より講座の説明

- ・『人生のり・デザインの旅』講座について
- ・当日までの課題について
- ・対話型鑑賞について

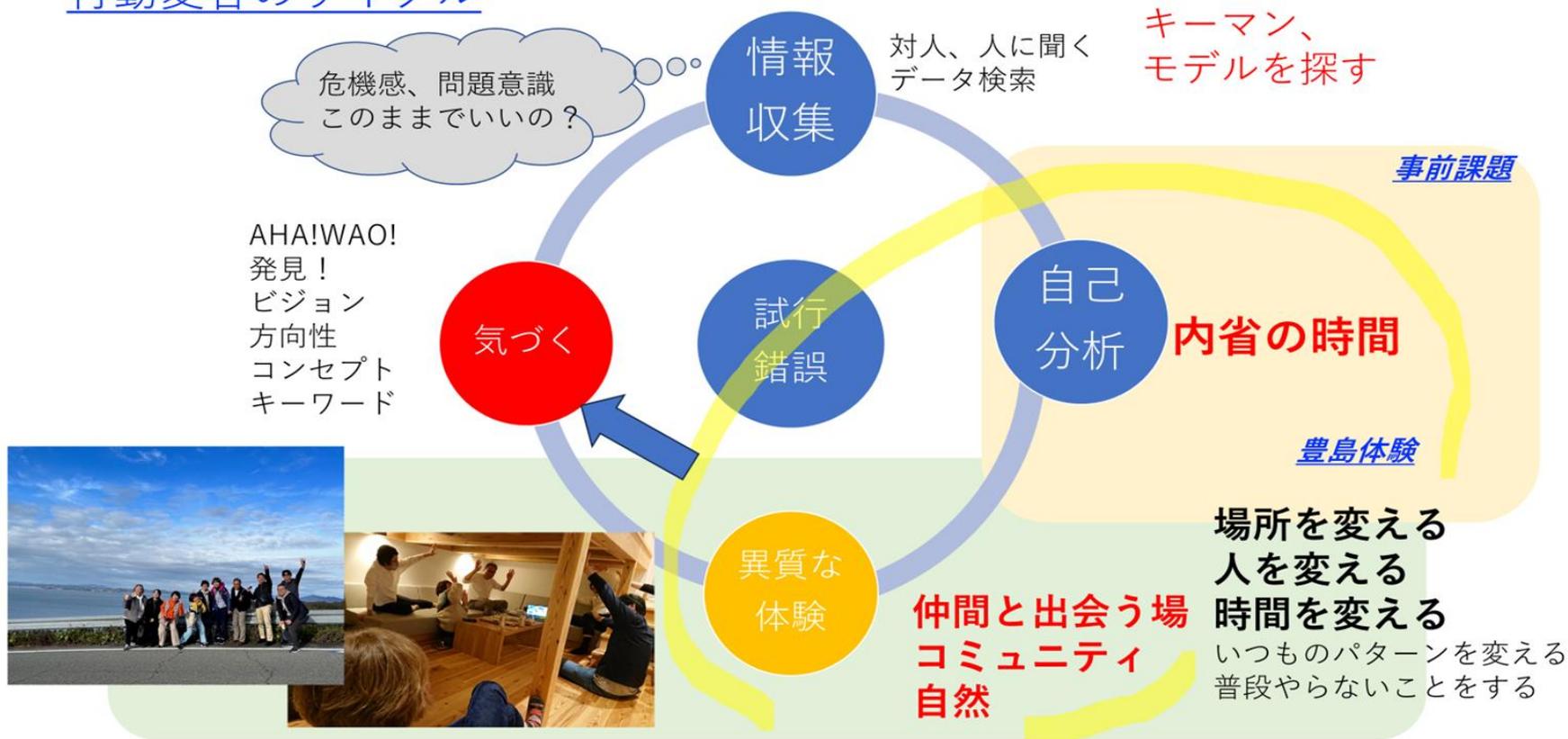
② ツアーについての説明

- ・豊島および豊島エスポワールについて
- ・豊島までの移動手段について
- ・参加にあたってのお願い ...他

③ 質疑応答

2、人生のリ・デザインの旅／旅の講座内容と何が得られるか？①

行動変容のサイクル



2、人生のリ・デザインの旅／旅の講座内容と何が得られるか？②

5つのワークを通して自分の「これからの方向性」を見つけていく

【ワーク 1】

「対話型鑑賞」横尾美術館
アートを通じて「他人・自分を知る」

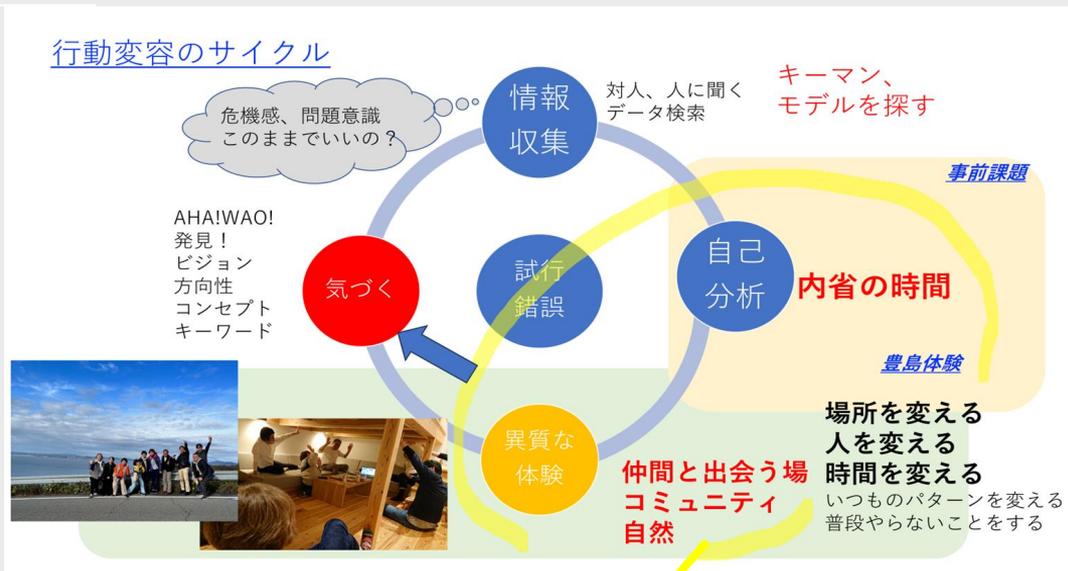
【ワーク 2】 人生曲線

【ワーク 3】

「ひとり対話型鑑賞」豊島美術館
自分をフラットにする
自分の中にある素直な思いに耳を傾ける

【ワーク 4】 危機・転機のワーク

【ワーク 5】 これからの方向性



仲間とのコミュニケーション ⇔ 内省の時間

...を繰り返し、
“自分のこれから”を探索していく

2、人生のリ・デザインの旅／旅の講座内容と何が得られるか？③

VTS (Visual Thinking Strategies)

1980年代後半に MoMA(ニューヨーク近代美術館)にて始まった、主に子供を対象とした鑑賞教育プログラム。
グループで互いの感想や意見を語り合うアート作品鑑賞を通して、

- ・ ものごとを時間をかけてみる「観察力」
- ・ 根拠に基づき体系的に考える「批判的思考力」
- ・ 他者と問題解決を行う「コミュニケーション力」などを育成する。

日本では「対話型鑑賞」と表現。

- ◆ 自己を知り、関心事や課題に気づく
- ◆ 他者に気づき、視野を広げる (自然・地域・歴史・文化...)
⇒ 新しい発想や視点、不安から好奇心へ、人と自分は違う...etc

◎ **自分の未来を描く**

アートを使った研修メニュー

2つの美術館を利用しながらワークを行います。

★豊島美術館

<https://benesse-artsite.jp/art/teshima-artmuseum.html>

★豊島横尾館

<https://benesse-artsite.jp/art/teshima-yokoohouse.html>

<観光スポット> ※現地で冊子をお渡しします。

<https://teshima-navi.jp/>

<豊島のアート作品>

<https://setouchi-artfest.jp/artworks-artists/artworks/teshima/>

- ・豊島横尾館
- ・ささやきの森
- ・島キッチンなど
- ・心臓音のアーカイブ
- ・針工場



2、人生のリ・デザインの旅／日程表：2月23日（金）～25日（日）

	2月23日（金）	2月24日（土）	2月25日（日）
午前	～各自移動～	7:30 ◆朝食 センターのおススメ 10:00 【ワーク3】「ひとり対話型鑑賞」豊島美術館 自分をフラットにする 自分の中にある素直な思いに耳を傾ける	7:30 ◆朝食 島の食 8:30 【ワーク5】「クロージング」 これからの方向性 10:00 チェックアウト ～各自移動～
午後	14:15 豊島エスポ・集合 【ワーク1】旅の仲間と対面 アートを通じて「他人・自分を知る」 「対話型鑑賞」横尾美術館 16:00 チェックイン	島内アート巡り レンタル自転車などで ★お昼ごはん／各自★ ※希望者は廣川先生の個別カウンセリング	10:00 注) オプション 壇山ツアー
夕方	16:30 センターに集合 サンセットシャンパンアワー (オトハルで用意)	サンセットシャンパンアワー (オトハルで用意) 16:30 センターにて 【ワーク4】 危機・転機のワーク	
夜	17:30～19:00 【ワーク2】人生曲線 19:00～21:00 (延長22時まで) ◆夕食 豊島の食 宴会&島で働く人とのトーク	18:30 ◆夕食「海のレストラン」 ※終了後、センターへ	

豊島ってどんな島？



面積14.5km²

人口約760人

壇山、湧水

稲作、酪農

「ミルクの島」

「福祉の島」

1970年代から...

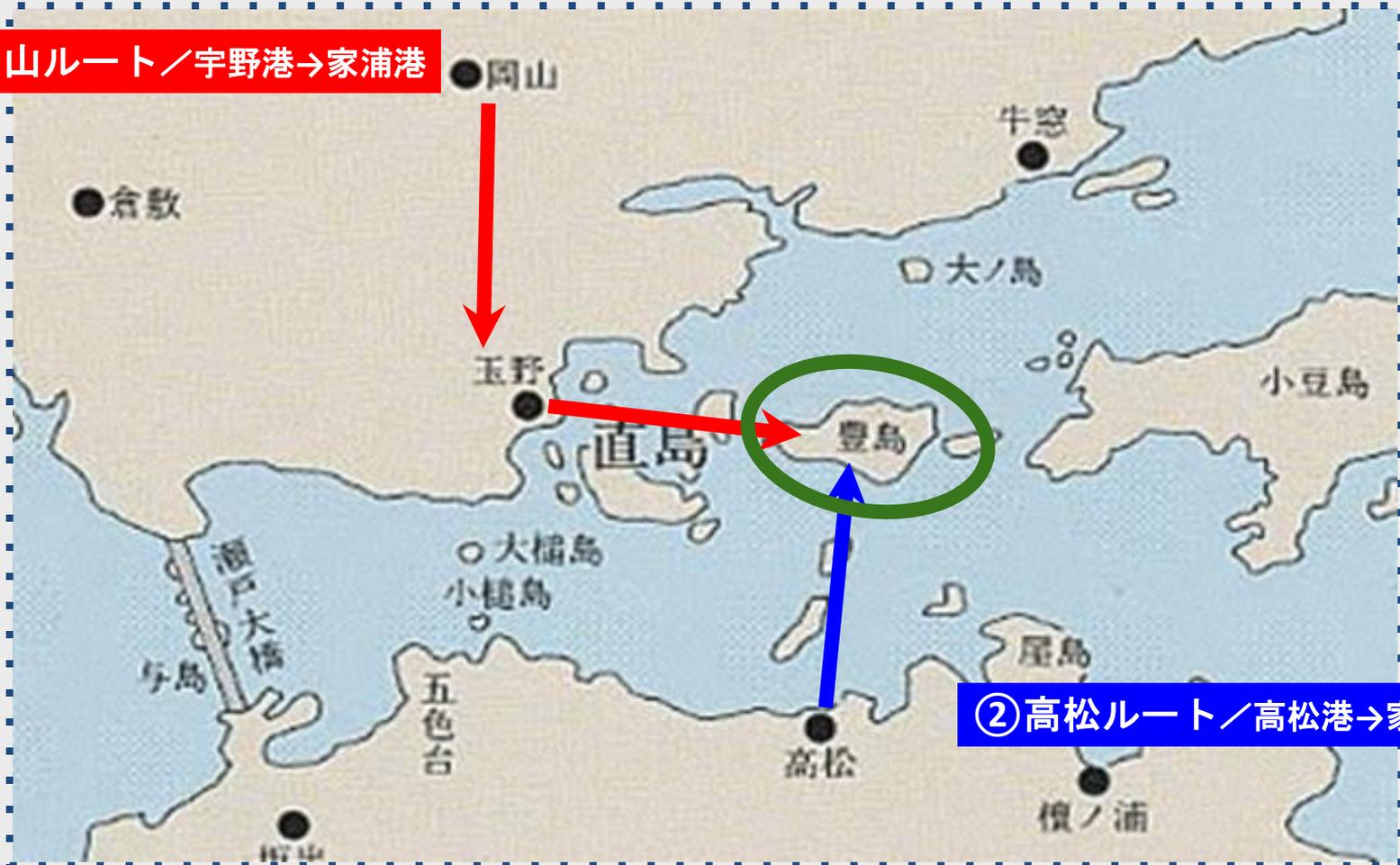
不法投棄された廃棄物の
処理もすすみ、環境の再
生を目指した取り組みが
続く

2010年

豊島美術館をはじめと
する現代アートの施設も
できる

豊島へのルートは？

① 岡山ルート／宇野港→家浦港



② 高松ルート／高松港→家浦港

参考／東京から豊島まで

※価格、時刻表については変更の可能性があります。
ご自身で確認をお願いいたします。

東京ー豊島

交通費・時刻表（12月1日～3月19日）

※火、水、木、金

飛行機	ANA	金額	JAL	金額
羽田空港	9:20	¥28,970	9:40	¥28,970
高松空港	10:45		11:05	
高松空港リムジンバス	11:00	¥1,000	11:20	¥1,000
高松港バス停	11:53		12:13	
高松港 フェリー	13:05	¥1,350	13:05	¥1,350
豊島（家浦港）	13:40		13:40	
所要時間/合計金額	4時間20分	¥31,320	4時間00分	¥31,320

新幹線（指定席）	時間	金額
東京駅	7:06	¥17,970
岡山駅	10:24	
岡山駅バス停	10:55	¥660
宇野駅バス停	11:47	
宇野港 フェリー	12:00	¥780
豊島（家浦港）	12:25	
所要時間/合計金額	5時間19分	¥19,410

※航空券、新幹線の金額は全て割引なしの価格となります。各種割引にて最安の価格は以下の通りとなります。

各種割引	割引名称	割引後価格	割引期限
ANA	スーパーバリュー（75日前まで割引）	¥12,470	75日前
JAL	往復セイバー（28日前&往復利用5%OFF）	¥11,865	28日前
新幹線	EX早特21ワイド（21日前まで普通指定席が割引）	¥13,900	21日前

※12月1日～3月19日ダイヤ（高松ー豊島（家浦港））

※高松空港リムジンバスは1/8まで予定表となります。

※月、土、日、祝日

飛行機	ANA	¥28,970	JAL	¥28,970
羽田	13:35		13:30	
高松	14:55		14:55	
高松空港リムジンバス	15:10	¥1,000	15:10	¥1,000
高松港バス停	16:03		16:03	
高松港	16:25	¥1,350	16:25	¥1,350
豊島（家浦港）	17:00		17:00	
所要時間/合計金額	3時間35分	¥31,320	3時間30分	¥31,320

豊島エスポワールパークHP



豊島の全体図

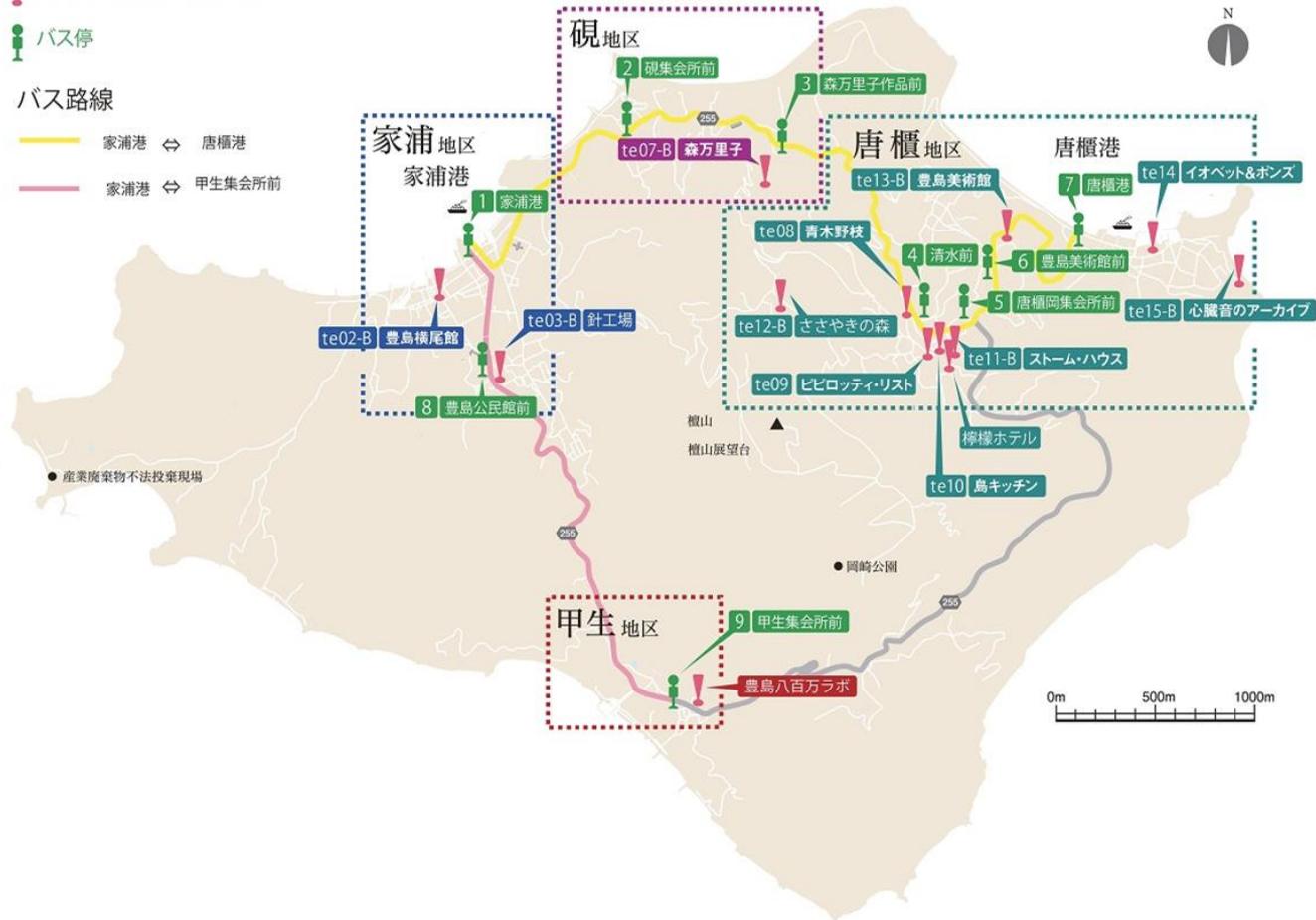
! 瀬戸内国際芸術祭参加作品

バス停

バス路線

家浦港 ⇄ 唐櫃港

家浦港 ⇄ 甲生集会所前



研修施設：豊島エスポワール ①

瀬戸内海に浮かぶ小さな島「豊島（てしま）」。

人々が集い、繋がり、未来を描き、広がっていく
そんな希望に満ちた場所「豊島エスポワールパーク」。

豊島の空気を感じながら、心豊かなひとときをお過ごしください。

豊島エスポワールパーク
スタッフ一同



